

サークル紹介

サークル名	マドレボニータ東海TOMOS
代表者	渡邊さやか
連絡先	TEL090-5611-0665 メール tomos.madretokai@gmail.com
活動日時	月1回 午前中
活動場所	精義公民館、スター21、大山田コミュニティプラザなどの和室
活動内容	相互保育しながら、バランスボールを使ったエクササイズ 情報交換 親子コンサートや茶話会、産前産後の母親サロンなどの企画
対象年齢	特にありません
会費	無料
サークルからのメッセージ	<p>NPO法人マドレボニータの産後ケア教室(スマイルスタジオ 新西方で木曜開催)の卒業生が集まって活動しているサークルです。</p> <p>産後ケア教室は、産後2か月から赤ちゃんと一緒に参加できる、出産後に疲弊した母親の心と体が元気になれる教室です。</p> <ul style="list-style-type: none">・バランスボールを使った有酸素運動・自分のことを話せるコミュニケーションワーク・自宅でできるセルフケア <p>産後ケア教室は、マドレ基金の補助で参加できる場合があります。※ひとり親、多胎児の母、障がい児の母など卒業生メインのサークルですが、妊娠中の方、産後ケア興味がある方はいつでもお問い合わせください。赤ちゃん連れOKのコンサートや茶話会、母親サロンなども企画しています。興味のある方はご参加ください。詳細はHP・ブログをご確認ください。 (https://35tokai-tomosjimdo.com/) ☆会員募集なし</p>